

# Calamares Rellenos de Rapa y Gambas



**Recetízate**  
Las recetas que hablan de ti  
[www.recetizate.com](http://www.recetizate.com)

**Creador:** La oveja negra **Recetizador:** Lucía Atienza



**Descripción:**

**Tiempo:** 1 hora

**Dificultad:** Intermedia

**Tipo de plato:** Segundo plato

**Tipo de cocina:** Normal

**Otros:** Cocina Saludable

**Coste:** Medio

**El truco de esta receta:**

Dejar los calamares remojados en leche una vez limpios.

## Ingredientes para 4 personas :

- 400 gr de Rape
  - 200 gr de Gambas peladas
  - 4 Calamares
  - 2 Cebolla
  - 1 vasito de Cava Freixenet
  - 2 Zanahorias
  - 4 Tomates triturados
  - 1 vasito de Vino Blanco
  - 4 cucharadas de Leche evaporada La Lechera
  - 2 cucharadas de Pan rallado
  - Sal
  - Aceite de oliva
- 

## Preparación:

### Paso 1

Limpiamos, lavamos bien los calamares y les damos la vuelta, reservando las aletas y los tentáculos.

### Paso 2

En una sartén con aceite de oliva, sofreímos el rape junto con las gambas peladas, las aletas, los tentáculos de los calamares y 1/2 cebolla, todo ello muy bien picado.

### Paso 3

Cuando esté bien sofrito incorporamos el vasito de cava, sazonamos y dejamos cocer durante 10 minutos.

### Paso 4

Rellenamos los calamares con el sofrito y los dejamos reservados.

### Paso 5

En una cazuela con aceite de oliva, rehogamos las zanahorias y el resto de la cebolla bien picadas. Cuando esté bien sofrito le añadimos los tomates triturados y mezclamos bien.

### Paso 6

Incorporamos el vasito de vino blanco, la leche evaporada y el pan rallado, cocinamos durante unos minutos y rectificamos de sal.

### Paso 7

Incorporamos los calamares rellenos y dejamos cocer a fuego medio durante unos 35 minutos.